

退職される皆様へ

これからの

健康管理

健康診断

どうしますか？

(特定健診・がん検診・歯科検診)

★詳しくは、裏面をチェック！

介護予防 からだ・こころの健康相談

健康づ

食事

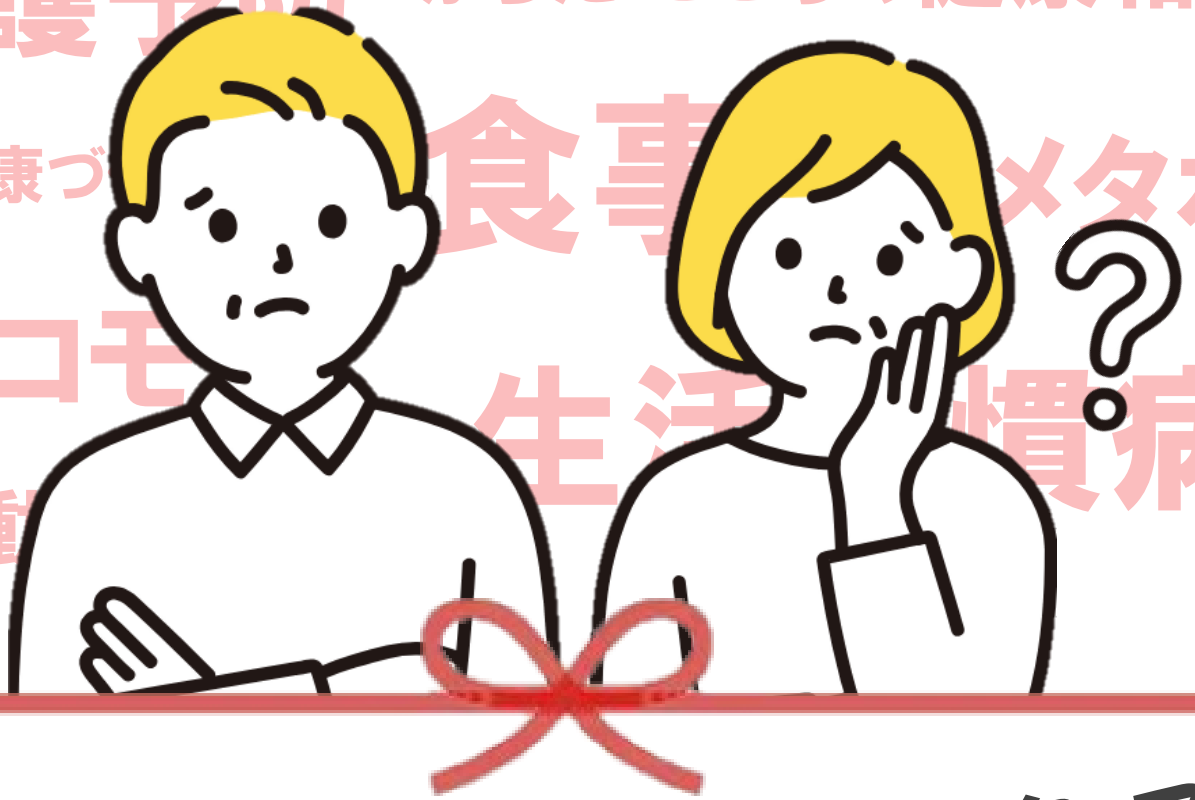
メタボ

ロコモ

生活

慣病

運動



それ、
お住まいの市町の健康づくりスタッフが
サポートします！！

各市町の
健(検)診情報
はこちら





糖尿病、高血圧、がん等の生活習慣病は、
退職を迎える年代から増加、放っておくと**重症化**の恐れあり！！

健康診断

(特定健診・がん検診・歯科検診)



からだ・こころの健康相談



お住いの市町の健康づくりスタッフとともに、

健康管理

始めましょう！



各種健康教室



各種イベント

(健康フェア、ウォーキング大会等)



「もっと詳しく知りたい！」という方は、

健康づくり (お住いの市町名)



で、検索！

